

## Fortes chaleurs puis canicule ?

Météo France lance l'alerte orange sur le Sud Ouest



Fortes chaleurs puis canicule ?

A compter de ce dimanche midi, Météo-France a mis en alerte orange canicule treize départements essentiellement dans le Sud-Ouest

Une masse d'air très chaud en provenance d'Espagne gagne le sud de la France à partir de dimanche après midi et progresse vers le nord jusqu'à mercredi. Treize départements, sont concernés : la Dordogne, **le Gers**, la Gironde, la Haute-Garonne, les Landes, le Lot, le Lot-et-Garonne, le Tarn et le Tarn-et-Garonne, la Corrèze, la Savoie, la Haute-Savoie et la Haute-Corse,

**Des températures en nette hausse dès dimanche, pouvant passer les 40 °C lundi**

**Dimanche 28 juillet**

**Lundi 29 juillet**

Qu'est-ce qu'une canicule ?

Le mot "canicule" désigne un épisode de températures élevées, de jour comme de nuit, sur une période prolongée. En France, la période des fortes chaleur pouvant donner lieu à des canicules s'étend généralement du 15 juillet au 15 août, parfois depuis la fin juin. Des jours de fortes chaleurs peuvent survenir en dehors de cette période. Toutefois avant le 15 juin ou après le 15 août, les journées chaudes ne méritent que très rarement le qualificatif de "canicule". Les nuits sont alors suffisamment longues pour que la température baisse bien avant l'aube.

Une forte chaleur devient dangereuse pour la santé dès qu'elle dure plus de trois jours. Les personnes déjà fragilisées (personnes âgées, personnes atteintes d'une maladie chronique, nourrissons, etc.) sont particulièrement vulnérables. Lors d'une canicule, elles risquent une déshydratation, l'aggravation de leur maladie chronique ou encore un coup de chaleur. Les personnes en bonne santé ne sont cependant pas à l'abri si elles ne respectent pas quelques précautions élémentaires.

**Les conséquences les plus graves**

**La déshydratation**

Les symptômes de la déshydratation qui doivent vous alerter : des crampes musculaires aux bras, aux jambes, au ventre, un épuisement qui se traduit par des étourdissements, une faiblesse, une tendance inhabituelle à l'insomnie.

**Le coup de chaleur**

Il doit être signalé aux secours dès que possible. Il survient lorsque le corps n'arrive plus à contrôler sa température qui augmente alors rapidement. On peut le repérer par une peau chaude, rouge et sèche, des maux de tête, des nausées, des somnolences et une soif intense, des convulsions et une perte de connaissance

source Météo France